

# Programa de Autocuidado em Nutrição



## O seu refúgio de transformação e de autoexpressão

Com mais de 15 anos de história, a Evive tem como motivação central o cuidado integral com a saúde e a beleza.

Nossa jornada é marcada por uma busca incessante por excelência e inovação e acreditamos que a beleza está intimamente ligada à saúde. Buscamos não apenas transformar a aparência externa, mas também promover o equilíbrio interno que reflete em uma autoestima elevada e uma vida mais plena.

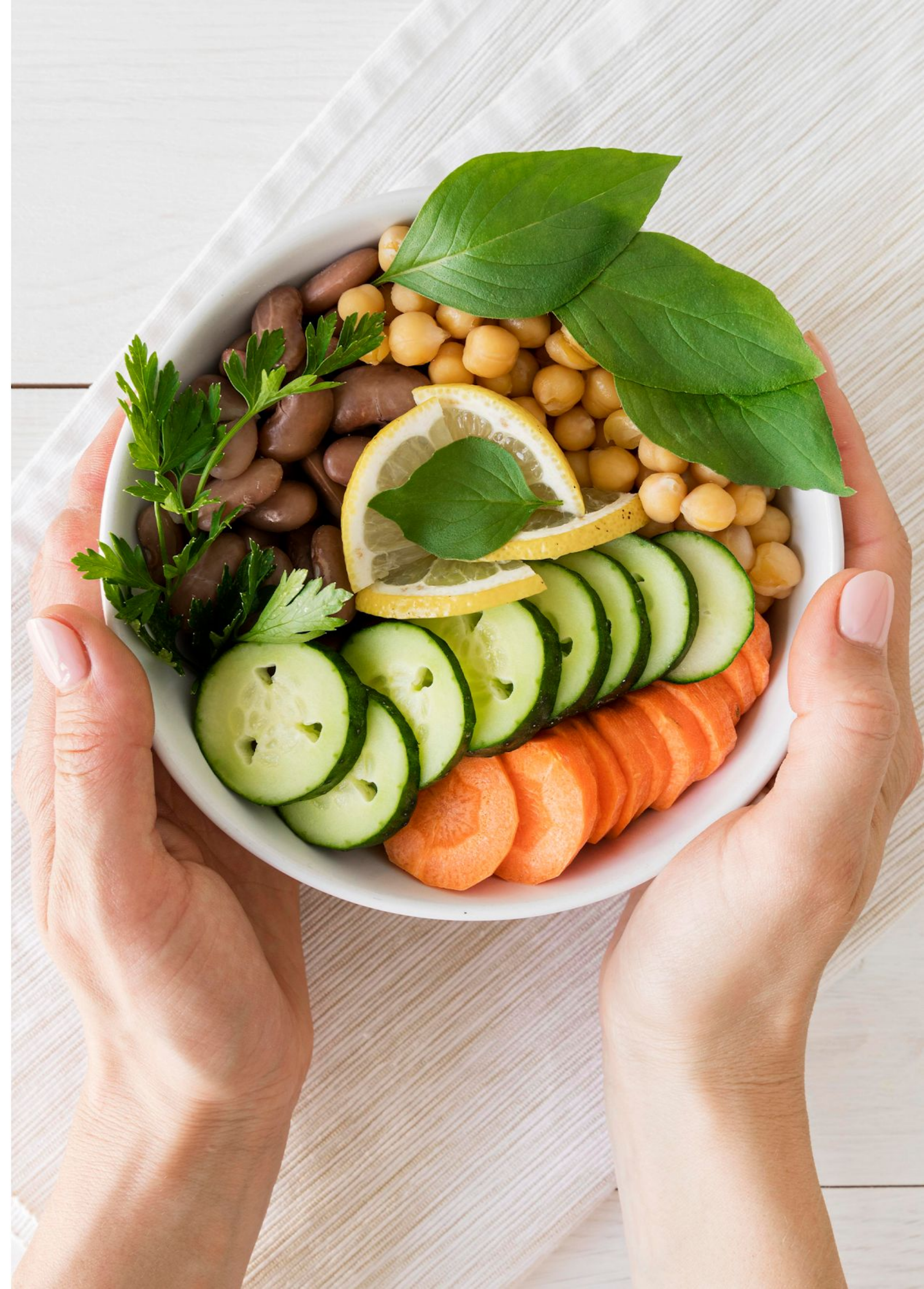


## Objetivos do Programa

O Programa de Autocuidado em Nutrição da Evive tem como principal objetivo melhorar a qualidade de vida dos participantes por meio de uma alimentação balanceada e saudável.

Através de consultas personalizadas e acompanhamento próximo, buscamos promover a educação alimentar, ensinando técnicas de contagem de calorias e macronutrientes, além de incentivar mudanças de hábitos sustentáveis a longo prazo.

Nosso foco é não apenas alcançar resultados estéticos, mas também proporcionar bem-estar e saúde em todas as fases da vida dos nossos pacientes.



## Equipe Multidisciplinar

O Programa de Autocuidado em Nutrição da Evive conta com uma equipe multidisciplinar altamente qualificada para proporcionar um atendimento completo e personalizado.



**Dr. Cristiano Fernandes**

Médico, com sólida formação acadêmica, que inclui pós-graduação em Nutrologia pelo Hospital Israelita Albert Einstein, especialização em Hematologia e mestrado em Genética e Bioquímica. Sua atuação como Médico Intensivista na UTI Onco-Hematológica do Hospital 9 de Julho complementa sua expertise



**Julia Giorgi Malouf**

Graduada pelo Centro Universitário São Camilo e possui vasta especialização em Nutrição, com pós-graduações em áreas como doenças crônicas, nutrição clínica funcional e nutrição oncológica pela FAPES, desempenhando um papel essencial como Coordenadora de Nutrição no Centro de Combate ao Câncer.

## Metodologia do Programa

O Programa de Autocuidado em Nutrição da Evive é customizado de acordo com as necessidades de cada paciente, podendo incluir planos mensais ou trimestrais.

Durante o período, os pacientes terão consultas com o Médico Nutrólogo e com a Nutricionista, além de análises de dados feitas de acordo com cada caso.

Oferecemos suporte contínuo via whatsApp, proporcionando conteúdos personalizados e comunicação direta do paciente com a nossa equipe.

As consultas periódicas com Nutrólogo e Nutricionista permitem avaliar a evolução do paciente, enquanto as avaliações de bioimpedância, dados de saúde e fotos garantem um monitoramento preciso dos resultados.



## Veja o que o Programa de Autocuidado em Nutrição oferece para sua jornada de saúde e bem-estar!

| Tipo                   | Procedimento                        | Quantidade |
|------------------------|-------------------------------------|------------|
| Presencial/<br>Digital | Consulta Nutrólogo                  | 6          |
| Presencial/<br>Digital | Consulta Nutricionista              | 5          |
| Digital                | Reunião com equipe multidisciplinar | 4          |
| Presencial             | Bioimpedância                       | 4          |
| Presencial             | Antropometria                       | 3          |
| Digital                | Bot conversa                        | 12         |

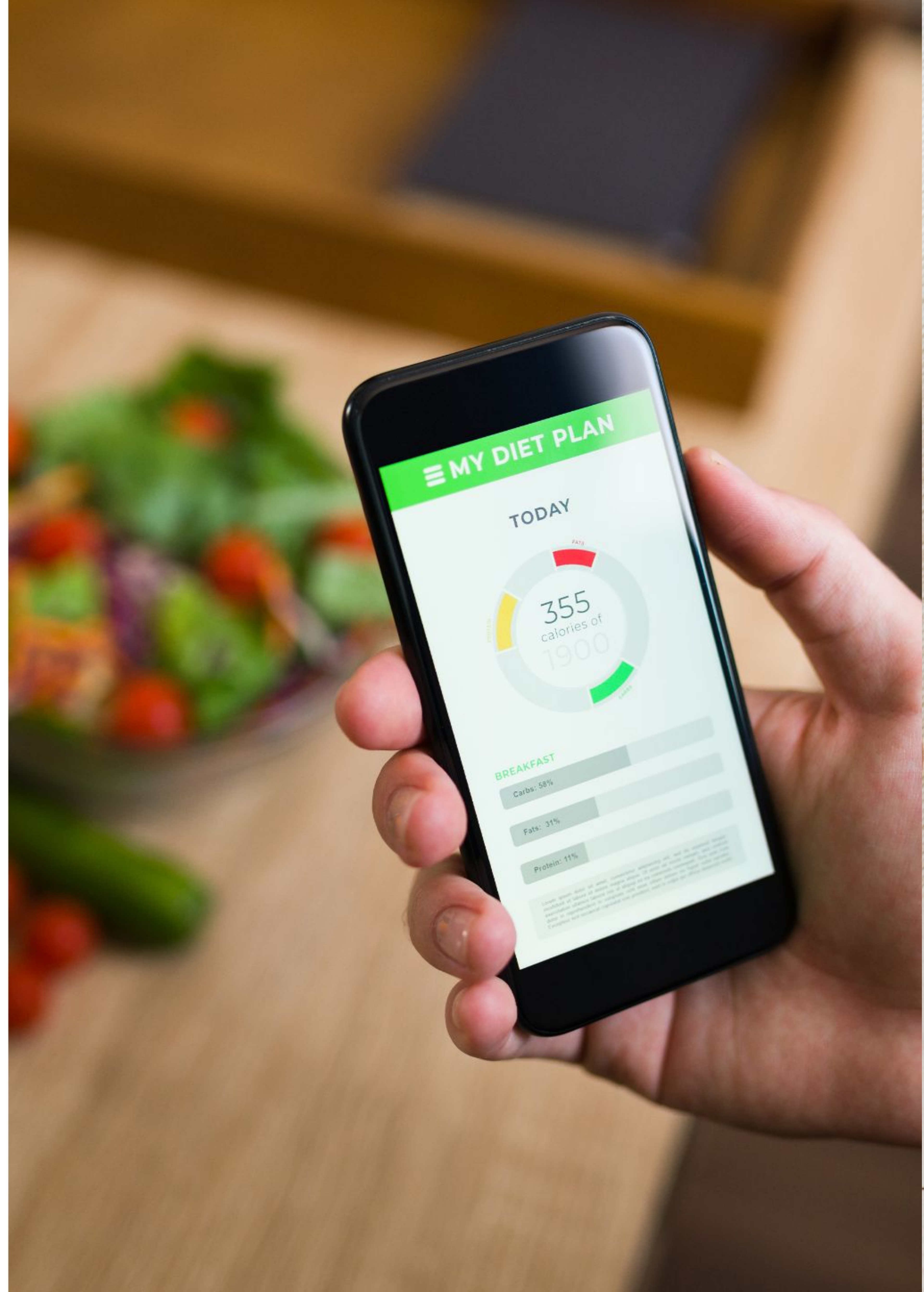
## Abordagem Educacional

A Abordagem Educacional do Programa de Autocuidado em Nutrição da Evive é um grande diferencial que visa educar e capacitar os participantes para uma vida saudável.

Oferecemos orientações detalhadas sobre contagem de calorias e macronutrientes, incentivando escolhas alimentares conscientes.

Estimulamos mudanças de hábitos equilibradas e sustentáveis, promovendo um estilo de vida de melhor qualidade a longo prazo.

Essa abordagem enfatiza o autocuidado como parte essencial de um bem-estar geral.



## Resultados e Benefícios

O Programa Evive de Autocuidado em Nutrição oferece uma abordagem completa para alcançar resultados positivos e benefícios duradouros.

Ao final do período de acompanhamento, os participantes têm acesso a uma timeline que mostra sua evolução ao longo do programa, proporcionando motivação e visualização clara dos progressos alcançados.

Os benefícios incluem uma alimentação mais equilibrada, hábitos saudáveis incorporados à rotina diária e uma maior consciência sobre a importância do autocuidado em nutrição para a longevidade e qualidade de vida a longo prazo.






## Agende sua consulta hoje mesmo!

Nosso time está pronto para ajudar você a alcançar seus objetivos de forma saudável e equilibrada.

Agende sua consulta hoje mesmo e dê o primeiro passo para sua melhor versão!

 (11) 9 4771-9921

 (11) 5051-4406

 Endereço: Av. Macuco, 726 - Moema,  
São Paulo - SP, 04523-001

